

Государственная бюджетная организация дополнительного образования Республики Адыгея  
«Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту»

«Утверждаю»

Директор ГБОУ ДО РА  
«СШОР по велосипедному спорту»

Лелюк А.Ф.

2023 г.



## Положение

О ПРИЕМЕ, ПЕРЕВОДЕ, ОТЧИСЛЕНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ  
В ГБОУ ДО РА «СШОР ПО ВЕЛОСИПЕДНОМУ СПОРТУ»

г. МАЙКОП

## **1. Общие положения.**

- 1.1 Данное Положение регулирует порядок зачисления, перевода и отчисления учащихся в Государственной бюджетной организации дополнительного образования Республики Адыгея «Спортивная школа олимпийского резерва» (далее Организация).
- 1.2 Положение о зачислении, переводе и отчислении учащихся Организации основывается на Конституции Российской Федерации, Федеральном законе № 127-ФЗ от 30.04.2021 г. «Об образовании в Российской Федерации, Федеральном законе от 04.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»(Собрание законодательства РФ, 2007, «50, ст. 6242; 2011, № 50 ст.7354) и подпунктом 4.2.28 Положения о Министерстве спорта РФ, утвержденного постановлением Правительства РФ от 19.06.2012г, №607 (Собрание законодательства РФ, 2012, №26, ст. 3525; 2013, № 30, ст. 4112).
- 1.3 Приём обучающихся в Организацию осуществляется независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным организациям.
- 1.4 Учебно-тренировочные занятия на всех этапах и периодах осуществляются по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт» в соответствии с Учебным планом Организации и утвержденным режимом учебно-тренировочной деятельности.
- 1.5 Расписание занятий устанавливается для создания наиболее благоприятного режима труда, учёбы и отдыха обучающихся с учётом возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.
- 1.6 Занятия в Организации проводятся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки на основании лицензии. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки Государственной бюджетной организации Республики Адыгея «Спортивная школа олимпийского резерва по велосипедному спорту» разработана с учетом примерной Программы.
- 1.7 Учебный год начинается с 01 сентября, продолжительность учебного года рассчитана на 52 недели учебно-тренировочных занятий. Продолжительность учебного года и недельный режим учебно-тренировочного процесса устанавливается федеральными стандартами.
- 1.8 Документация по зачислению, переводу, отчислению и комплектованию в учебно-тренировочные группы обучающихся Организации оформляется, ведется и хранится в Организации.
- 1.9 Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения и действует бессрочно, до замены его новым Положением. Все изменения и дополнения являются неотъемлемой частью Положения.

## **2. Принципы комплектования личного состава учащихся, учебно-тренировочных групп, этапов и периодов спортивной подготовки**

2.1 Комплектование личного состава учащихся Организации осуществляется в соответствии с Государственным заданием.

2.2 По результатам индивидуального отбора, необходимо обеспечить спортивную подготовку не менее 75% обучающихся, зачисленных в Организацию по велосипедному спорту».

2.3 Государственным заданием установлен численный состав контингента занимающихся до 350 учащихся одновременно в течении одного года.

2.4 Основным условием стабильной спортивной деятельности Организации по подготовке спортивного резерва является организация высокого уровня селекционной работы на всех этапах и периодах спортивной подготовки, которая обеспечивается спецификой структурного построения школы и формами организационного и методического сопровождения.

2.5 Организация спортивной подготовки от этапа начальной подготовки до этапа высшего спортивного мастерства строится по принципу классической «пирамиды», имеет поступательную последовательную динамику в течении двенадцатилетнего цикла.

## 2.6 Распределение контингента обучающихся по этапам и периодам спортивной подготовки (% к общему числу обучающихся):

ВСМ: 2 - 3%	
ССМ: 8 - 10%	
ТЭ (СС): 35 - 38%	
Начальной подготовки: 50 - 55%	
Свыше 1-го года (НП-2; НП-3)	(28 - 30%)
До 1-го года (НП-1)	(22 - 25%)

2.7 Контингент лиц для прохождения спортивной подготовки в Организации комплектуется из числа учащихся общеобразовательных школ, профтехучилищ, средних специальных и высших учебных заведений.

2.8 Организация осуществляет учебно-тренировочный процесс на этапах: - начальной подготовки, учебно-тренировочном, совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.

2.9 Порядок приема лиц в Организацию, осуществляется в соответствии с приказом Минспорта России от 16.08.2013 № 645 «Об утверждении порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку» (зарегистрирован Минюстом России 18.10.2013, регистрационный № 30221), Уставом Организации, регламентом деятельности Организации, локальными актами Организации.

2.10 Прием обучающихся в Организацию на этап начальной спортивной подготовки проводится до 15 октября текущего года, при наличии вакансий – в круглогодичном ежедневном режиме.

2.11 **Учебно-тренировочные группы** комплектуются из числа одаренных и способных к спорту детей и подростков, прошедших начальную спортивную подготовку и выполнивших приемные нормативные требования по общей физической и специальной подготовке.

2.12 Перевод учащихся в учебную группу следующего года обучения производится решением аттестационной комиссии на основании стажа занятий, выполнения нормативных показателей общей и специальной физической подготовки.

2.13 Зачисление учащихся в группы начальной подготовки производится по заявлению поступающего при согласии родителей, с письменного разрешения врача-педиатра поликлиники по месту жительства или врача общеобразовательной школы.

2.14 Выпускниками спортивной школы являются учащиеся, прошедшие все этапы подготовки и сдавшие выпускные нормативы. Выпускникам Организации выдается карта спортсмена с указанием уровня их физических качеств и рекомендациями по дальнейшему спортивному совершенствованию.

2.15 Зачисление и выпуск учащихся оформляется приказом директора Организации.

## 2.16 Возрастные требования к обучающимся, проходящим спортивную подготовку.

Требования	Этапы спортивной подготовки			
	НП	Т(СС)	ССМ	ВСМ
Возраст	С 9-ти лет	С 11-ти лет	С 14-ти лет	С 16-ти лет

## 2.17 Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта велоспорт

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	9	10-23
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	8-20
Этап совершенствования спортивного мастерства	3	14	3-8
Этап высшего спортивного мастерства	без ограничений	15	1-8

2.18 Лицо, желающее пройти спортивную подготовку, может быть зачислено в Организацию, только при наличии документов, подтверждающих прохождение медицинского осмотра в порядке, установленном уполномоченным Правительством субъекта РФ, федеральным органом исполнительной власти.

2.19 Зачисление в учебные группы начальной подготовки (1-й год обучения) проводится на основании заключения о состоянии здоровья от специалистов по лечебной физкультуре и спортивной медицине отделений (кабинетов)

- спортивной медицины амбулаторно-поликлинических учреждений,
- врачебно-физкультурных диспансеров,
- центров лечебной физкультуры и спортивной медицины

2.20 Обучающиеся, успешно проходящие спортивную подготовку и выполняющие минимальные требования программы спортивной подготовки, до окончания освоения данной программы на соответствующем этапе спортивной подготовки не могут быть отчислены из спортивной школы по возрастному критерию.

2.21 Обучающимся, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

2.22 Возраст лиц, поступающих, а также уже занимающихся в Организации, наполняемость учебно-тренировочных групп и режим спортивной подготовки определяются программами спортивной подготовки, на основании федеральных стандартов спортивной подготовки.

2.23 Максимальный возраст учащихся, проходящих спортивную подготовку на этапе совершенствования

спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

## **2.24 Порядок и условия зачисления обучающихся для прохождения спортивной подготовки в учреждении**

Правом поступления в спортивную школу пользуются все граждане Российской Федерации, граждане иностранных государств, проживающие на территории Российской Федерации, желающие заниматься спортом в установленном для вида спорта возрастном критерии.

Прием и спортивная подготовка производится бесплатно и в соответствии с Уставом Организации.

Учебно-тренировочный процесс в Организации ведется на русском языке.

Организация обеспечивает прием всех желающих заниматься, не имеющих медицинских противопоказаний.

Возраст обучающихся для зачисления в Организацию по велоспорту устанавливается общепринятым нормативным регулированием деятельности по видам спорта, в соответствии с уставом школы и общим планом ее комплектования. Организация проводит просмотр и набор лиц не моложе 9 лет.

Зачислению поступающих для прохождения спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт» осуществляется по решению приемно-переводной комиссии Организации с учётом специфики ее деятельности, особенностей программы спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт» и задач этапов многолетней подготовки.

Зачисление в Организацию и комплектование личного состава учащихся осуществляется на основании плана комплектования, в соответствии с параметрами Государственного задания, Программой спортивной подготовки, Требованиями федеральных стандартов, Уставом организации.

При зачислении в Организацию законные представители несовершеннолетнего спортсмена и спортсмен (старше 14 лет) должны быть ознакомлены с его Уставом, Регламентом деятельности, особенностями вида спорта, факторами риска, данным Положением и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление спортивной подготовки.

Для зачисления в списочный состав учебных групп на этапы многолетней спортивной подготовки по виду спорта велоспорт лицо желающее пройти спортивную подготовку (с 9 лет) или законные представители несовершеннолетнего спортсмена представляют в Организацию следующие документы:

- заявление одного из законного представителя несовершеннолетнего до 14 лет. (Заявление заполняется от руки по установленной форме заявителями лично в единственном экземпляре).
- заявители несут ответственность за достоверность представляемых сведений и подлинность документов, необходимых для принятия решения о зачислении в Организацию.
- заявление спортсмена старше 14 лет на зачисление в Организацию;
- копия свидетельства о рождении несовершеннолетнего до 14 лет с отметкой о гражданстве либо паспорт спортсмена старше 14 лет;
- копия страхового полиса обязательного медицинского страхования;
- квалификационная книжка или паспорт спортсмена (при наличии у спортсмена);
- справка или выписка из приказа об отчислении (или переводе) из организации, ранее осуществляющей спортивную подготовку спортсмена с указанием этапа и года обучения;
- заключение врача о допуске к тренировочным занятиям по программе спортивной подготовки, выданной на основании результатов анкетирования и данных о состоянии здоровья из амбулаторно-поликлинических подразделений педиатрической службы лечебно-профилактических учреждений;
- фотография поступающего размером 3см\*4см (2 шт.).

Заявление и копии представленных документов хранятся в личном деле спортсмена, в случае отказа в приёме возвращаются заявителю.

После представления требуемых документов, лицо – кандидат на зачисление в Организацию – проходит приёмное тестирование в соответствии с программой спортивной подготовки.

Перечень и оценка результатов тестовых испытаний определяется федеральным стандартом спортивной подготовки и программой спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт».

Показатели и оценка результатов тестирования оформляются протоколами.

В соответствии с результатами тестирования, а также при выполнении программных требований и при отсутствии медицинских показаний принимается решение о зачислении спортсмена на этапы многолетней спортивной подготовки.

Обучающиеся, выполнившие нормативные требования установленные для последующих этапов и периодов спортивной подготовки, но не достигшие установленного возраста, в исключительных случаях, под ответственность тренерского совета, могут быть зачислены в соответствующую учебно-тренировочную группу при наличии допуска врача.

#### **Учреждение вправе отказать в зачислении обучающихся в следующих случаях:**

- не предоставление заявителем полного пакета документов, требуемого для зачисления;
- возраст поступающего менее установленного Федеральным стандартом спортивной подготовки и программой спортивной подготовки по виду спорта;
- превышение предельной численности определенной государственным заданием;
- отрицательные результаты приёмных испытаний и (или) невыполнение программных требований.
- не предоставление заявителем полного пакета документов, требуемого для зачисления;
- наличие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

Взаимоотношения между Организацией и родителями (законными представителями) тренирующихся регулируются Законом Российской Федерации, локальными и нормативными актами Организации, включающими в себя взаимные права, обязанности и ответственность сторон, возникающие в процессе тренировок, развития и оздоровления обучающихся..

### **2.25 Условия перевода на последующие этапы и периоды спортивной подготовки, контрольные нормативы, зачетные требования**

Перевод на последующие этапы и периоды спортивной подготовки в Организации производится на основании общего плана комплектации на новый учебный год при условии выполнения программных требований и выполнения, конкретно установленных, для перевода на следующий этап условий, касающихся уровня спортивной квалификации, выполнение параметров основной и промежуточной аттестации, учета результатов соревнований, отсутствие медицинских противопоказаний.

Выполнение нормативов является основным критерием для перевода лиц проходящих спортивную подготовку на следующий этап или период спортивной подготовки.

Аттестация обучающихся проходящих спортивную подготовку в Организации подразделяется на промежуточную, основную и итоговую, которая включает нормативы специальной физической подготовки и результаты соревновательной деятельности.

Нормативы по общей физической подготовке не являются основанием для перевода на этапах: - тренировочном углубленной специализации, совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, на этих этапах основанием для перевода учитываются только критерии нормативов по специальной физической подготовке и требования ЕВСК.

### **2.26 Критерии оценки эффективности образовательной и спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки**

Критерием освоения программы спортивной подготовки по виду спорта «Велоспорт» и уровня тренированности спортсменов являются результаты выполнения контрольно-переводных нормативов на каждом этапе спортивной подготовки.

### **2.26.1 Этап начальной подготовки:**

Требования к результатам освоения Программы на начальном этапе спортивной подготовки по виду спорта велоспорт:

<b>формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;</b>
<b>формирование широкого круга двигательных умений и навыков;</b>
<b>освоение основ техники по виду спорта велоспорт-шоссе;</b>
<b>всестороннее гармоничное развитие физических качеств;</b>
<b>укрепление здоровья;</b>
<b>отбор перспективных обучающихся для дальнейших занятий по виду спорта велоспорт-шоссе.</b>

**В качестве основных критериев для перевода по годам обучения следует учитывать:**

- состояние здоровья и уровень физического развития,
- освоение элементов начальной технической подготовки;
- выполнение нормативов общей физической;
- выполнение нормативов специальной физической подготовки;
- освоение предусмотренного программой объема тренировочных и соревновательных нагрузок по годам обучения.

Учитывая практические условия проведения учебно-тренировочных занятий с обучающимися, следует уделить повышенное внимание освоению «Правил дорожного движения велосипедиста».

Этот раздел программы должен включать как освоение теоретического раздела, так и формирование устойчивых практических навыков движения на велосипеде в условиях интенсивного дорожного движения. Курс освоения «Правил дорожного движения велосипедиста» должен завершаться сдачей комплексного экзамена. Юные велосипедисты, по каким-либо причинам не освоившие курс и не выполнившие экзаменационные требования в полном объеме, к последующим занятиям на шоссе допускаться не должны.

**В качестве критериев эффективности осуществления Программы на этапе начальной подготовки можно рассматривать:**

стабильность состава обучающихся (контингента);
динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;
уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

### **2.26.2 Тренировочный этап — этап спортивной специализации:**

Требования к результатам реализации Программы на тренировочном этапе спортивной подготовки по виду спорта велоспорт-шоссе:

<b>повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;</b>
<b>приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта велоспорт-шоссе, велоспорт-трек, велоспорт-маунтинбайк</b>
<b>формирование спортивной мотивации;</b>

## **укрепление здоровья спортсменов.**

В качестве основных критериев для перевода по годам обучения следует учитывать: состояние здоровья и уровень физического развития, совершенствование элементов технической подготовки, выполнение нормативов общей физической и специальной физической подготовки, освоение предусмотренного программой объема учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок по годам обучения и др.

**В качестве критериев эффективности реализации Программы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) можно рассматривать:**

состояние здоровья, уровень физической подготовленности обучающихся;
динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
уровень освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных Программой;
результаты участия в спортивных соревнованиях.

### **2.26.3 Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)**

Требования к результатам реализации Программы на этапе совершенствования спортивного мастерства спортивной подготовки по виду спорта велоспорт-шоссе:

<b>повышение функциональных возможностей организма спортсменов;</b>
<b>совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;</b>
<b>стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;</b>
<b>поддержание высокого уровня спортивной мотивации;</b>
<b>сохранение здоровья спортсменов.</b>

В качестве основных критериев для перевода по годам обучения следует учитывать: состояние здоровья и уровень физического развития, совершенствование элементов технической подготовки, выполнение нормативов общей физической и специальной физической подготовки, выполнение норматива кандидата в мастера спорта России, освоение предусмотренного программой объема тренировочных и соревновательных нагрузок по годам обучения и др.

**В качестве критериев эффективности реализации Программы на этапе совершенствования спортивного мастерства можно рассматривать:**

количество спортсменов повысивших квалификацию (разряд);
стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных соревнованиях;
количество спортсменов зачисленных в молодежные сборные команды РФ;
Численность спортсменов проходящих спортивную подготовку на данном этапе.

### **2.26.4 Этап высшего спортивного мастерства**

Требования к результатам осуществления Программы на этапе высшего спортивного мастерства



спортивной подготовки по виду спорта велоспорт:

<b>достижение результатов уровня спортивных сборных команд РФ;</b>
--

<b>повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.</b>
--

В качестве основных критериев для перевода по годам обучения следует учитывать: состояние здоровья и уровень физического развития, умения реализовать все компоненты многолетней спортивной подготовки для достижения наивысшего спортивного результата для конкретного спортсмена, выполнение нормативов общей физической и специальной физической подготовки, выполнение норматива мастера спорта России, освоение предусмотренного программой объема тренировочных и соревновательных нагрузок по годам обучения и др.

**В качестве критериев эффективности реализации Программы на этапе высшего спортивного мастерства можно рассматривать:**

тактическая зрелость, прямо зависящая от соревновательного опыта спортсмена;
способных нейтрализовать действие отрицательных факторов;
высокий уровень мотивации спортивной деятельности;
изыскать скрытые резервы организма спортсмена в различных сторонах его подготовленности (физической, технико-тактической, психологической) и обеспечить их проявление в тренировочной и соревновательной деятельности;
выполнение норматива мастера спорта РФ международного класса, зачисление в состав сборной команды страны;

Оценка физической подготовленности складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости.

При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия.

**Оценка технической подготовленности** - количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники.

**Оценка тактической подготовленности** - оценке целесообразности действий спортсмена, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактического мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

**Оценка состояния подготовленности спортсмена** проводится в ходе аттестационно-педагогических измерительных срезов (тестирования) или в процессе соревнований и включает оценку: физической, технической, тактической подготовленности; психического состояния и поведения на соревнованиях.

Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится медико-биологическими методами специалистами в области физиологии, биохимии и спортивной медицины.

## **2.27 Комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по этапам и периодам подготовки**

Зачисление в группы на этап начальной подготовки осуществляется приказом директора ГБОУ ДО РА СШОР на основании выполнения нормативов общей физической и специальной физической подготовки.

**2.27.1 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки:**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,5 с)	Бег на 30 м (не более 6,0 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 с)	челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)
Выносливость	Бег 800 м (не более 4 мин. 45 с)	Бег 800 м (не более 5 мин. 00 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 6 раз)	
	Приседания за 15 с (не менее 12 раз)	Приседания за 15 с (не менее 10 раз)
	Бросок набивного мяча сидя из-за головы (не менее 3,5 м)	Подъем туловища лежа на спине (не менее 8 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 12 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 10 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 165 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 4 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 5 раз)

Перевод в учебную группу следующего периода этапа начальной подготовки и на тренировочный этап (этап спортивной специализации) обучающихся, в том числе досрочно, осуществляется приказом директора Организации на основании выполненного объема подготовки, установленных нормативов общей физической и специальной физической подготовки, результатов спортивных соревнований, а также при отсутствии медицинских противопоказаний.

**2.27.2 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,3 с)	Бег на 30 м (не более 5,8 с)
	Бег 60 м (не более 9,5 с)	Бег 60 м (не более 10,5 с)
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 8,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,5 с)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 6 мин. 00 с)	Бег 1500 м (не более 6 мин. 30 с)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 3 раз)
	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 10 раз)	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 5 раз)

Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)
	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 15 с)	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 190 см)	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 6 раз)	
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 8 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 6 раз)
	Сгибание и разгибание за 20 с (не менее 10 раз).	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 10 с (не менее 5 раз).
	Индивидуальная гонка на время 10 км (не более 17 мин.00сек.)	Индивидуальная гонка на время 10 км (не более 20 мин. 00 с)
Спортивный разряд	<b>Третий спортивный разряд</b>	

### 2.27.3 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
Быстрота	Бег 60 м (не более 8,0 с)	Бег 60 м (не более 8,5 с)
	Бег 100 м (не более 15,0 с)	Бег 100 м (не более 16,0 с)
Выносливость	Бег 1500 м (не более 5 мин. 45 с)	Бег 1500 м (не более 6 мин. 15 с)
Сила	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 10 раз)	Поднимание ног из виса на перекладине до хвата руками (не менее 5 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 60% от собственного веса (не менее 7 раз)	Приседание со штангой весом не менее 40% от собственного веса (не менее 5 раз)
	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 15 раз)
	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 15 с)	В висе удержание ног в положении прямого угла (не менее 5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 11 раз)	
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 12 раз)	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 8 раз)
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 12 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 10 с (не менее 8 раз)
	Индивидуальная гонка на время 20 км (не более 29 мин. 00 с)	Индивидуальная гонка на время 20 км (не более 35 мин. 00 с)
Спортивный разряд	<b>Кандидат в мастера спорта</b>	

## 2.27.4 Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
Выносливость	Бег 3000 м (не более 12 мин.)	Бег 3000 м (не более 14 мин.)
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 12 раз)	Подтягивание на перекладине (не менее 5 раз)
	Приседание со штангой весом не менее 70% от собственного веса (не менее 8 раз)	Приседание со штангой весом не менее 50% от собственного веса (не менее 5 раз)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 220 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Индивидуальная гонка на время 25 км (не более 35 мин. 00 с)	Индивидуальная гонка на время 25 км (не более 39 мин. 00 с)
Спортивный разряд	<b>Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса</b>	

Учащимся не сдавшим нормативы общей физической и специальной физической подготовки по этапам и периодам подготовки, предоставляется возможность продолжить заниматься на том же этапе подготовки в порядке, предусмотренном нормативным актом ГБОУ ДО РА «СШОР по велоспорту».

## 2.27.5 Рекомендации для контрольных нормативов уровня технической подготовленности

№ п/п	Тестируемые элементы техники	Нормативная оценка			
		хорошо	удовлетворитель	плохо	
		Выполнено правильно и уверенно	Выполнено не уверенно, с искажениями	Невыполненное, или с грубыми искажениями	
<b>Для всех этапов и периодов подготовки</b>					
1	Техника посадки	Сидя в седле (высок.низкая, средняя)			
		Стоя над седлом			
2	Техника педалирования	Сидя в седле (круговое педалирование)			
		Стоя над седлом (с переносом центра тяжести)			
3	Техника торможения и остановки	Прерывистое торможение			
		Непрерывное торможение			
4	Техника прямолинейного движения				
5	Переключение передач	Подбор передаточного соотношения			
		Техника переключения			
6	Техника старта и стартового разгона	Стартовый разгон (с ассистентом и без)			
		Темповое ускорение			
		Рывок (спурт)			
		Бросок велосипеда на линию финиша			

7	Техника равномерного движения по дистанции			
8	Техника езды в различных построениях «на колесе», и смены лидирования	Техника езды в уступе		
		Техника езды в команде		
		Техника езды «вертушкой»		
9	Техника прохождения поворотов, разворотов	Техника разворотов на шоссе		
		Техника прохождения простых поворотов		
		Техника прохождения сложных поворот.		
10	Техника преодоления подъёмов и спусков			
11	Техника преодоления препятствий	Объезд препятствий		
		Переезд через препятствие		
		Преодоление препятствия прыжком		
12	Техника контактного взаимодействия	Техника контактного противоборства		
		Техника ускоряющего взаимодействия		

### 3.0 Промежуточная и итоговая аттестации

3.1 Перевод учащихся на последующие этапы подготовки проводится на основании решения аттестационной комиссии по результатам промежуточной и итоговой аттестации:

<b>промежуточная аттестация</b>	май месяц текущего года (СФП);
	Декабрь текущего года (ОФП);
<b>итоговая аттестация</b>	первая половина октября текущего года.

3.1.1 **Промежуточная аттестация** – форма текущего контроля динамики спортивной подготовленности спортсмена, определяет уровень достигнутых спортивных результатов и позволяет прогнозировать дальнейший их рост.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных тестовых испытаний, которые отражают три качественных уровня подготовки (показатели общей физической, специальной физической и технической подготовленности) в рамках программы спортивной подготовки по виду спорта «Велоспорт».

Оценка уровня спортивной подготовленности учащихся и освоения ими программы спортивной подготовки определяется на основании итогов промежуточной аттестации.

Целью промежуточной аттестации является выявление уровня тренированности спортсмена на текущий момент, освоение им определенной части программы спортивной подготовки.

3.1.2 **Итоговая аттестация** – это определение соответствия результатов спортивной деятельности спортсмена требованиям программ спортивной подготовки и (или) индивидуальных планов работы спортсмена, а так же форма оценки практических навыков спортсмена полностью завершившего прохождения определенного этапа или периода спортивной подготовки.

К итоговой аттестации допускаются спортсмены, полностью выполнившие годовой план спортивной подготовки и успешно прошедшие промежуточные аттестации.

Итоговая аттестация проводится по итогам тренировочного года для перевода спортсменов проходящих спортивную подготовку в Организации на следующий этап спортивной подготовки.

Промежуточная аттестация проводится на принципах селективного отбора для учащихся проявивших особые способности, с учетом возрастных и гендерных особенностей.

### 3.2 Задачи промежуточной и итоговой аттестации:

достоверная оценка умений и навыков, уровня физической подготовленности занимающихся на этапах, периодах освоения Программы;
выполнение обучающимся в полном объеме программы спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт»;
повышение профессиональной заинтересованности обучающегося в развитии своего спортивного мастерства;
учёт подготовленности и динамики прироста индивидуальных показателей обучающегося;
выявление уровня овладения общей физической, специальной физической и технической подготовленности обучающегося;
определение перспектив дальнейшей работы с лицами, проходящими спортивную подготовку;
получение объективной информации для подготовки решения тренерского совета о переводе на следующий период, этап подготовки, лиц, проходящих спортивную подготовку;
Оценка работы тренеров-преподавателей в выборе средств, методов, форм спортивной тренировки в оптимальном распределении учебно-тренировочных нагрузок.

### 3.3 Формы промежуточной и итоговой аттестации:

теория и методика физической культуры и спорта - зачет;
выполнение нормативов общей физической и специальной физической подготовки;
выполнение требований ЕВСК для присвоения спортивных разрядов и званий;
технико-тактическая и психологическая подготовка – результаты соревнований

3.4 Для проведения промежуточной и итоговой аттестации в Организации создается аттестационная комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии могут входить: директор, заместитель директора, инструктор-методист, тренер. Итоги промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, проходящих спортивную подготовку, отражаются в протоколах сдачи нормативов общей физической и специальной физической подготовки и личных картах обучающихся.

3.5 Оценка показателей проводится с учетом этапа, периода подготовки. Перевод на последующий этап, период подготовки осуществляется на основании решения Приемно-переводной комиссии согласованного с тренерским советом и утвержденного приказом руководителя Организации.

3.6 Обучающиеся, проходящие спортивную подготовку, не выполнившие требования Программы для этапа, периода подготовки, могут быть оставлены на повторное обучение по решению Тренерского совета, но не более одного раза на этапе спортивной подготовки.

3.7 При решении вопроса о досрочном зачислении обучающихся, проходящих спортивную подготовку, на последующие этапы, периоды подготовки, эти лица должны выполнить требования к результатам освоения Программы соответствующего этапа, периода.

3.8 Освоение Программы завершается обязательной итоговой аттестацией.

3.9 Обучающиеся, проходящие спортивную подготовку, не выполнившие предъявляемые Программой требования повторно на одном и том-же этапе спортивной подготовки, исключаются из контингента занимающихся в Организации.

### 3.10 Системы оценок промежуточной и итоговой аттестации

3.10.1 В процессе всего учебно-тренировочного процесса отслеживаются и анализируются все личные достижения спортсмена (его результаты на соревнованиях различного уровня, уровень освоения обучающимся программы спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт», уровень развития физических, технических, психологических качеств спортсмена.

3.10.2 Оценка физической подготовленности обучающегося складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется ведущим для данной спортивной дисциплины физическим качествам или отдельным способностям, составляющим эти обобщенные понятия.

3.10.3 Оценка технической подготовленности - количественная и качественная оценка объема, разносторонности и эффективности техники выполнения двигательных упражнений и владения техникой езды на велосипеде.

3.10.4 Оценка тактической подготовленности - оценка целесообразности действий спортсмена, направленных на достижение успеха в соревнованиях: тактического мышления, действий (объем тактических приемов, их разносторонность и эффективность использования).

3.10.5 Оценка состояния подготовленности обучающегося включает оценку: физической, технической, тактической подготовленности; психического состояния и поведения на соревнованиях.

3.10.6 Оценка состояния здоровья и основных функциональных систем проводится тренерами-преподавателями и специалистами сопряженными с спортивной подготовкой в соответствии с требованиями врачебно-педагогического контроля.

3.10.7 Оценка уровня подготовленности обучающегося и соответствие перевода на следующий этап или период спортивной подготовки складывается из баллов, полученных в процессе проведения промежуточной аттестации по каждому ее разделу с учетом результатов показанных в соревнованиях.

### 3.11 Требования к документам итоговой и промежуточной аттестации:

протоколы спортивных соревнований;
протоколы сдачи нормативов общей физической и специальной физической подготовки;
приказы: по присвоению спортивных разрядов,
решения Тренерского совета (протокол) по зачислению и переводу обучающихся;
заключение аттестационной комиссии (протокол);
Приказ директора школы

3.11.1 Выпускниками спортивной школы являются учащиеся, прошедшие все этапы подготовки и сдавшие выпускные нормативы. Выпускникам ГБОУ ДО РА СШОР выдается карта спортсмена с указанием уровня их физических качеств и рекомендациями по дальнейшему спортивному совершенствованию.

3.11.2 Зачисление и выпуск учащихся оформляется приказом директора спортивной школы.

#### **4. Порядок внутреннего перевода учащихся по этапам и периодам спортивной подготовки**

4.1 Отбор спортсменов на программы спортивной подготовки на основании соответствующего приказа Минспорта России №731 от 12.09.2013 г. «Об утверждении Порядка приема на обучение по Программе спортивной подготовки в соответствии с требованиями федеральных стандартов.

4.2 Каждый в отдельности спортсмен зачисляется на определенный этап и период подготовки программу и далее для организации тренировочного процесса спортсмены формируются в группы и им выделяется тренерский состав.

4.3 Перевод на следующие этапы и периоды в Организации производится на основании общего плана комплектации на новый учебный год при условии выполнения программных требований (выполнение разрядов, успешная сдача контрольных нормативов ,где каждый спортсмен выполняет конкретно установленные для перевода на следующий этап подготовки тесты), участие в соревнованиях, соответствующих этапу подготовки обучающегося и отсутствия медицинских противопоказаний.

4.4 В случае невыполнения установленных нормативов обучающийся на программах спортивной подготовки не может переводиться на следующий этап подготовки. Данный вопрос решается в порядке, установленном локальными нормативными актами организации(например, на основании решении тренерского совета, закрепленного распорядительным актом организации , то есть приказом руководителя.

4.5 Таким образом, на основе установленных критериев руководство спортивной школы сохраняет или переформирует учебные группы подготовки на новый временной отрезок с учетом если большое количество спортсменов (более 50% состава группы) не соответствует установленным критериям , это может являться основанием к реформированию групп и привлечению новой группе другого состава тренеров-преподавателей. Либо руководство спортивной школы в целях сохранения контингента вправе предложить спортсменам продолжить подготовку на прежнем этапе подготовки с тем же тренером-преподавателем (решение должно быть оформлено письменно, с согласия каждого обучающегося и их законных представителей). Отказ в переводе обучающихся, соответствующих установленным критериям и в полном объеме выполнивших программу подготовки, занимавшимися в одной группе со спортсменами , не выполнившими данные требования, является незаконным.

4.6 Перевод лиц, проходящих спортивную подготовку в Организации осуществляется ежегодно на начало нового учебно-тренировочного года при комплектовании учебно-тренировочных групп по решению приемно-переводной комиссии, согласованного с тренерским советом и утверждается приказом директора Учреждения.

4.7 Перевод лиц, проходящих спортивную подготовку в Организации на всех этапах и периодах спортивной подготовки осуществляется при условии положительной динамики роста спортивного мастерства, освоения программы спортивной подготовки, соответствующей тренировочному этапу или периоду спортивной подготовки и успешных результатов промежуточной и итоговой аттестации.

4.8 Промежуточная аттестации спортсменов осуществляется в соответствии с учебным планом, требованиями федеральных стандартов и программой спортивной подготовки по виду спорта «велоспорт».

4.9 Формой промежуточной аттестации является выполнение контрольных нормативов:

- общей физической подготовки;
- специальной физической подготовки;
- технико-тактической подготовки:

4.10 Итоговая аттестация проводится с учетом обобщения результатов промежуточной аттестации и результатов соревновательной деятельности после завершения текущего спортивного сезона.

4.11 Формой итоговой аттестации является:

- результаты участия в соревнованиях;
- выполнение разрядных требований, установленных для каждого этапа и периода спортивной



подготовки в любой дисциплине велосипедного спорта.

4.12 В отдельных случаях, при положительном результате контрольных испытаний, выполнения соответствующего спортивного разряда и отсутствии медицинских противопоказаний перевод спортсменов на следующий этап или период спортивной подготовки может быть осуществлён по решению тренерского совета в течение тренировочного года.

4.13 Прохождение программы спортивной подготовки для перевода обучающихся на следующий этап или период спортивной подготовки засчитывается как полный год учебно-тренировочных нагрузок, независимо от даты зачисления лица в Организацию, при условии выполнении им программных требований.

4.14 Обучающимся, не выполнившим контрольно-переводные нормативы, предусмотренные программой, для перевода на следующий этап или период спортивной подготовки, но выполнившие требования по спортивному мастерству предоставляется возможность повторной сдачи нормативов в дополнительно установленные сроки до начала очередного учебно-тренировочного года.

4.15 Обучающимся, не выполнившим нормативные требования предъявляемые программой по виду спорта «велоспорт», решением тренерского совета может предоставляться возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки, но не более одного раза на данном этапе.

## **5. Порядок и условия отчисления лиц осуществляющих спортивную подготовку в Организации**

5.1 Отчисление обучающихся проходящих спортивную подготовку в организации может происходить как по добровольному решению самого лица или лица представляющего его интересы, так и в принудительном порядке при возникновении обстоятельств, несоответствующих регламенту деятельности Организации.

5.2 В случае возникновения обстоятельств ведущих к отчислению или переходу спортсменов в другие спортивные организации учитываются права и охраняемые законом интересы спортсменов, интересы государства и общества, а также права, интересы и возможности Организации.

5.3 Обучающиеся, проходящие спортивную подготовку в Организации, могут быть отчислены по инициативе обучающегося или его законного представителя;

- в связи с избранием другого вида спорта;
- в связи с завершением спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- в связи с переходом в другую спортивную организацию;
- в связи с призывом обучающегося на военную службу или направление его на заменяющую ее альтернативную гражданскую службу;
- в связи с медицинским заключением о невозможности прохождения дальнейшей спортивной подготовки по состоянию здоровья;
- по независящим от обучающегося причинам (в связи с переменой места жительства, по семейным обстоятельствам и т.д.

5.4 Основаниями отчисления обучающегося из списочного состава Организации по инициативе обучающегося или его законного представителя являются:

- заявление одного из законных представителей несовершеннолетнего спортсмена до 14 лет;
- заявление несовершеннолетнего спортсмена старше 14 лет;
- медицинское заключение о невозможности прохождения дальнейшей спортивной подготовки по состоянию здоровья;
- соглашение о переходе в другую спортивную организацию и пр.

5.5 Обучающиеся, проходящие спортивную подготовку, могут быть отчислены по инициативе Организации на основании решения тренерского совета на любом этапе многолетней спортивной подготовки, в случаях:

- невыполнения программных требований спортивной подготовки;
- ухудшения состояния здоровья на основании заключения медицинского осмотра;
- невыполнение спортсменами в установленные сроки без уважительных причин учебно-

тренировочного, в том числе индивидуального плана спортивной подготовки;

- нарушения учебно-тренировочного режима спортивной подготовки;
- невыполнение контрольных нормативов (за исключением случаев по уважительной причине);
- посещения, дополнительно, учебно-тренировочных занятий в других учреждениях (школах, клубах, центрах спортивной подготовки) без разрешения руководства Организации или без письменного согласия тренера-преподавателя за которым закреплён обучающийся.

5.6 Однократного грубого либо неоднократного нарушения спортсменами Правил внутреннего распорядка. При этом неоднократным считается нарушение Правил внутреннего распорядка, если к обучающемуся ранее в течение года применялась мера дисциплинарного взыскания.

#### **К грубым нарушениям Правил внутреннего трудового распорядка относятся:**

- неявка или самовольное покидание мероприятий (без разрешения тренера-преподавателя или руководства Организации), проводимых Организацией в рамках программы спортивной подготовки (учебно-тренировочные занятия, спортивные мероприятия, учебно-тренировочные сборы, контрольные испытания и т.д.)

- участие в спортивных мероприятиях, непредусмотренных реализуемой программой спортивной подготовки по избранному виду спорта (за исключением участия в спортивных мероприятиях спортивных сборных команд Российской Федерации и Республики Адыгея) либо участие в спортивных мероприятиях в составе команд других спортивных организаций без разрешения руководства Организации;

- пропуск занятий более 40 % учебно-тренировочных занятий в течение месяца без уважительных причин;

- несоблюдение требований врачебного контроля, не прохождение в установленном порядке углублённых медицинских и комплексных обследований;

- установление применения спортсменами допинговых средств и (или) методов, запрещённых к использованию в спорте;

- совершение противоправных действий и нарушение общественного порядка на территории Организации или спортсооружений в период учебно-тренировочных и спортивных мероприятий, а так же в транспорте и в гостиничных комплексах в период выездных учебно-тренировочных мероприятий и соревнований;

- появление в состоянии алкогольного, наркотического, токсического опьянения, распространение или немедицинское употребление наркотических веществ;

- несоблюдение техники безопасности, мер пожарной безопасности, в том числе хранение и распространение ядовитых, радиоактивных, взрывопожароопасных веществ и элементов, которые могут создать угрозу здоровью или жизни обучающихся, сотрудников Организации и спорткомплекса, болельщиков и зрителей;

- несоблюдение санитарно-эпидемиологических норм и норм гигиены;

- порча помещений, мебели, спортивного оборудования и инвентаря, спортивной формы и иного имущества Организации;

- нарушение дисциплины во время учебно-тренировочного процесса;

- нарушение спортивной этики;

- проявление неуважения к чести и личному достоинству тренера-преподавателя, других работников Организации и спортсменов, в том числе оскорбительные и неуважительные действия и высказывания в отношении тренеров-преподавателей, спортсменов, сотрудников и посетителей Организации, как со стороны обучающегося, так и со стороны его законных представителей (родителей).

- другие случаи, установленные законодательством Российской Федерации.

5.7 Не допускается отчисление обучающегося в период болезни, прохождения лечения, временного отсутствия по уважительной причине в случае своевременного уведомления обучающимся либо его законным представителем тренера-преподавателя или администрации Организации.

5.8 Отчисление обучающихся с этапов многолетней спортивной подготовки оформляется приказом директора Организации на основании:

- заявления тренера-преподавателя;

- заявления об отчислении в случае инициативы законного представителя либо обучающегося;

- медицинского заключения о невозможности прохождения дальнейшей спортивной подготовки по состоянию здоровья;

- решения тренерского совета в случае инициативы Организации.

5.9 Решение об отчислении обучающегося принимается в срок не позднее чем через один месяц с

момента представления заявления обучающимся и (или) его законным представителем в Организацию либо со дня совершения обучающимся проступка, не считая времени его болезни или других случаев отсутствия по уважительной причине.

5.10 Отчисление обучающихся, как правило, осуществляется в последний рабочий день текущего месяца. Документ об отчислении (справка, выписка из приказа) выдаётся при условии сдачи обучающимся экипировки и инвентаря личного пользования.

5.11 Восстановление спортсмена в Организации для прохождения спортивной подготовки производится в порядке, установленном для зачисления.